

**UTILIZACIÓN DEL TIEMPO LIBRE COMO FACTOR PROTECTOR Y DE  
RIESGO PARA EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN  
JÓVENES AFRODESPLAZADOS DE LA CIUDADELA TOKIO EN  
PEREIRA**

**Juan Guillermo Mosquera Mosquera  
Julián Andrés Galindo**

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA DE CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN  
PEREIRA  
2010**



**UTILIZACIÓN DEL TIEMPO LIBRE COMO FACTOR PROTECTOR Y DE  
RIESGO PARA EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN  
JÓVENES AFRODESPLAZADOS DE LA CIUDADELA TOKIO EN  
PEREIRA**

**Juan Guillermo Mosquera Mosquera  
Julián Andrés Galindo**

**Director  
JHON JAIRO TREJOS PARRA  
Médico Cirujano  
Magíster en Educación y Desarrollo Comunitario  
Especialista en Psicotrauma**

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA DE CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN  
PEREIRA  
2010**



**Nota**

---

---

---

---

Presidente Del Jurado

---

Jurado

---

Jurado

Pereira, 2010.



## TABLA DE CONTENIDO

	pág.
RESUMEN.....	9
1. INTRODUCCIÓN.....	11
2. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA .....	13
3. JUSTIFICACIÓN.....	15
3.1 APOORTE SOCIAL.....	16
3.2 PRODUCTOS E IMPACTOS ESPERADOS .....	16
3.2.1 De generación de conocimiento o desarrollo tecnológico.....	16
3.2.2 De fortalecimiento de la capacidad científica nacional. ....	16
3.2.3 De apropiación social de conocimiento. ....	17
3.2.4 Impactos esperados .....	17
3.3 VIABILIDAD.....	17
4. OBJETIVOS.....	19
4.1 OBJETIVO GENERAL.....	19
4.2 OBJETIVO ESPECÍFICOS.....	19
5. MARCO REFERENCIAL.....	21
5.1 MARCO CONTEXTUAL .....	21
5.1.1 Principios fundamentales ley 181. ....	21
5.1.2 Plan nacional del deporte, la recreación y la educación física.....	23
5.1.3 Legislación nacional e internacional .....	24
5.2 MARCO TEÓRICO.....	28
5.2.1 La población afrocolombiana.....	28
5.2.2 Desplazamiento.....	28
5.2.3 Sustancias Psicoactivas .....	29
5.2.4 Tipos de consumo SPA .....	31
5.2.5 El Consumo De Sustancias Psicoactivas En Colombia.....	31
5.2.6 Factores de riesgo para el consumo de sustancias psicoactivas. ....	32
5.2.7 Tiempo libre.....	33
5.2.8 Tiempo libre como factor protector y de riesgo del consumo de sustancias psicoactivas .....	35
5.3 ESTADO CIENTÍFICO ACTUAL.....	36
5.3.1 El deporte y la recreación como estrategias de empoderamiento en población desplazada.....	36
5.3.2 Factores de riesgo asociados al uso de drogas en estudiantes adolescentes .....	37
5.3.3 Consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes: factores psicosociales asociados: ....	38
6. METODOLOGÍA.....	39
6.1 DISEÑO.....	39

6.2 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	39
6.3 VARIABLES.....	39
6.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS .....	40
6.4.1 Técnica.....	40
6.4.2 Instrumento.....	40
6.4.4 Prueba piloto en la ciudadela Tokio de Pereira (Colombia) .....	41
6.5 EVALUACIÓN ÉTICA.....	42
7. RESULTADOS.....	43
7.1 VARIABLES DEMOGRÁFICAS DE LA POBLACIÓN.....	43
7.2 PRÁCTICAS EN EL TIEMPO LIBRE.....	44
7.3 PRÁCTICAS RECREATIVAS Y CONSUMO DE LICOR O DROGAS ILÍCITAS .....	46
8. DISCUSIÓN.....	49
9. CONCLUSIONES.....	53
10. RECOMENDACIONES.....	55
11. BIBLIOGRAFÍA.....	57
12. ANEXO .....	61
12.1 INSTRUMENTO UTILIZADO EN LA INVESTIGACION .....	61



## RESUMEN

Se diseñó y aplicó una encuesta en 60 jóvenes (58% mujeres) afrodesplazados de la ciudadela Tokio del municipio de Pereira sobre las formas de utilización del tiempo libre y como éstas son un factor protector o de riesgo para el consumo de sustancias psicoactivas. Se encontró que ellos identifican como protectoras todas aquellas actividades que los divierten sin predisponerlos al consumo, en especial: practicar algún deporte (98%), siendo los de preferencia el fútbol (87% ) y el atletismo (63%); estar con la familia (61%); y pertenecer a un grupo artístico (54%). En cambio, son actividades de riesgo para el consumo de estas sustancias aquellas que implican estar con los amigos sin que estén trabajando juntos hacia un objetivo común, en especial: estar en la esquina o parche (74%); ir al parque (46%) o a discotecas (28%); y asistir a paseos-cruzadas (50%). Sin embargo, aunque muchos de ellos son conscientes de esto e incluso de las consecuencias que puede tener en su salud el consumo de SPA, lo siguen haciendo, en especial porque sus múltiples problemas socioeconómicos socaban su autoestima, y los lleva a buscar medios para olvidarlos, así sean perjudiciales. Por lo demás, se evidencia que la población aparentemente es muy activa: el (78%) camina y el (50%) trota, pero navegar en internet (72%) es la actividad preferida para realizarse en el tiempo libre, actividad pasiva que podría conducirlos al sedentarismo.

**Palabras claves:** tiempo libre, sustancias psicoactivas, recreación.



## 1. INTRODUCCIÓN

El tiempo libre ha sido definido por muchos autores que en general coinciden con la capacidad que tiene éste, de otorgar un espacio en un momento determinado, para ser dedicado a una actividad recreativa o agradable. Se considera para efectos del presente estudio, que al ser el tiempo libre, un espacio distribuido y utilizado de la forma como “libremente” así lo desee, puede manifestarse como un factor que protege o aleja a los individuos del consumo de sustancias psicoactivas, y a su vez, como un factor de riesgo o que induce a la persona al consumo. No quiere decir con esto que el tiempo libre sea el responsable de que este fenómeno se presente, existen muchos otros factores psicosociales que influyen incluso aún más, como por ejemplo los problemas de autoestima, el maltrato intrafamiliar...

“Es decir, los problemas del adolescente son un motivo permanente de consultas a los profesionales del área de la salud mental en la actualidad. Las conductas de riesgo de estos jóvenes están asociadas al consumo de alcohol, marihuana, cocaína, éxtasis y otras sustancias químicas. Tales conductas tienen consecuencias muy complejas para la salud, en distintos tipos de morbilidad médica y psicosocial. Los factores causales pasan por lo individual, familiar, cultural y grupo de amigos”<sup>1</sup>

Según lo anterior, actualmente el consumo de sustancias psicoactivas es un problema que afecta la salud mental, física y psicológica de los jóvenes consumidores, y los factores de riesgo están asociados a problemas personales, familiares e influencia que tenga un grupo de amigos o determinada cultura. Lo grave es que estas sustancias no sólo hacen daño a la salud del individuo, sino que además tienen un origen y resultado negativo que permite vivir una alucinación y la experiencia de sensaciones placenteras y agradables al parecer recreativas, alejando al mismo tiempo al ser humano de las responsabilidades y llevándolo a desinteresarse por él mismo.

Por otra parte, el conflicto armado que hoy en día se presenta en Colombia, ha ocasionado múltiples problemas y situaciones como el desplazamiento, que ponen en riesgo a la población y desencadenan estos problemas. Sin embargo, es necesario aclarar que esto afecta de manera indirecta a muchas personas en general de la sociedad, pero de una forma directa a los afrocolombianos. Posiblemente por la antigua concepción que se tenía de los negros, en cuanto a la esclavización dada por los españoles. Es decir, a partir de ello se creó en la conciencia de todos que la discriminación y el sometimiento debía ser propio de estas personas. Así, son estas personas quienes por su antecedente de esclavitud, representan un blanco para los grupos armados y su objetivo de

---

<sup>1</sup> LOAS G, Guilbaud O, PERÉZ Díaz F, VERRIER A, Stephan P. LANG F ET AL. Dependency and suicidality in addictive disorders. *Psychiatry Research*. 2005; 137: 1103-11. En: RODRIGUEZ T, Jorge; HERNANDEZ A, Enrique y FERNANDEZ, Ana María. Descripción del consumo de drogas lícitas e ilícitas por género a través de la metodología de pares. *Rev. méd. Chile*. 2007, vol.135, n.4, pp. 449-456.

beneficio propio, para presionar al estado y satisfacer sus necesidades básicas, haciendo cada vez más vulnerable a este tipo de población.

“Colombia es una nación pluriétnica y multicultural, con una población de más de 42 millones de personas, de las cuales el 26% son Afrocolombianos. Esta población tiene condiciones de vida que registra características que en si misma, representan un estado de cosas que vulnera los derechos fundamentales y configura una estructura que limita las posibilidades para un desarrollo humano con dignidad.”<sup>2</sup>

De acuerdo a lo anterior, los afrocolombianos son una parte especial del estado que aparentemente quiere ayudar y velar por la garantía de sus derechos fundamentales, pero que termina siendo una población vulnerable de este tipo de procesos, por la afección directa que tienen las problemáticas socioculturales del país como tal.

Por otra parte, en Colombia el fenómeno de discriminación racial es uno de los factores que más limitan el desarrollo social y económico de esta población. Pues principalmente el gobierno, reconoce la violación de los derechos humanos de los afrodesplazados y no se interesa por buscar soluciones efectivas que puedan evitar esta situación. Por ejemplo, a muchas de estas personas el medio les niega la posibilidad de tener un buen empleo, considerando que sólo están capacitados para asumir actividades menores, no por su bajo nivel académico que en últimas puede que algunos desarrollen, sino por el solo hecho de ser personas negras y estar en el inconsciente de la población una concepción racista.

Se considera importante entonces, que son muchos los problemas que esta población debe enfrentar a nivel psicosocial, siendo de vital importancia intervenir a través de procesos educativos y preventivos, la incidencia en el consumo de sustancias psicoactivas, que conllevan a complicar aun mas sus situación y vulnerabilidad. El tiempo libre por su parte, es una de las herramientas más importantes que se pueden educar adecuadamente, para evitar las consecuencias a que conlleva el consumo de estas sustancias. De ser así, se pueden no sólo contribuir con la generación de hábitos de vida saludables en estos jóvenes, sino también potencializar las capacidades que muchos desaprovechan por estar inmersos en esta problemática de consumo.

---

<sup>2</sup> ROMAÑA, Geiler. Afrocolombianos, en búsqueda de leyes contra el racismo y desigualdad. Año 2006; vol 4. No 14. Internet en línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.revistafuturos.info/futuros14/afrocolombianos.htm>

## 2. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

La población afrocolombiana, entendida como, personas colombianas negras, históricamente han tenido sufrir múltiples problemas de tipo económico y social. El desplazamiento forzado por ejemplo, ha sido uno de los más recurrentes en este tipo de población, dejando no sólo a miles de ancianos sino de niños, en situaciones de extrema pobreza. Durante muchos años, la comunidad negra fue cosificada e inferiorizada y, lo más grave: la condicionaron psicológicamente para que la persona negra acepte la subvaloración o la demuestre en sus actitudes individuales y colectivas.<sup>3</sup> Esta dinámica y el conflicto social que vive Colombia, facilita que los jóvenes afrocolombianos en situación de desplazamiento, estén vulnerables a la adquisición de hábitos y conductas nocivas como el consumo de sustancias psicoactivas, que impiden el desarrollo de sus facultades y conllevan a múltiples situaciones negativas. Dichas sustancias tienen la facultad de inducir a la adicción y generar además, problemas físicos y psicosociales graves e incluso fatales en las personas. Tanto las sustancias psicoactivas ilegales como: la marihuana, la cocaína y heroína, y las legales, como: el alcohol y el tabaco, ocasionan un deterioro de la salud del individuo, provocando aún mas discriminación y exclusión a éste, por parte de la sociedad.

La utilización adecuada del tiempo libre por su parte, se puede considerar como un factor protector de la predisposición que tienen los jóvenes al consumo de estas sustancias, o de riesgo, si se da el caso que dicho tiempo libre sea mal utilizado y contribuya con el aumento de esta problemática. Es necesario entonces detallar y establecer ¿Cuál es la utilización del tiempo libre como factor protector y de riesgo, para el consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes afrodesplazados de la ciudadela Tokio de Pereira?

---

<sup>3</sup> MOSQUERA, Juan de Dios. Las comunidades negras de Colombia hacia el siglo XXI. Ed Docentes editores, 2000.p135.



### 3. JUSTIFICACIÓN

El consumo de sustancias psicoactivas en los jóvenes, ha incrementado los índices en los últimos años. Colombia por ejemplo, no sólo tiene un grave índice de utilización de psicoactivos ilegales, sino también de sustancias lícitas.<sup>4</sup> Dichas sustancias, gracias a sus componentes, ocasionan múltiples sensaciones agradables para quien las consume, como placer, alucinación, entre otras. Muchos jóvenes a partir de ello, se muestran interesados por experimentarlas, desconociendo las consecuencias a que esto conlleva. Es decir, así como estas sustancias tienen la capacidad de generar sensaciones agradables, también tienen repercusiones en el individuo, que afecta tanto a su salud, como a su núcleo familiar.

Generalmente los jóvenes son personas que de acuerdo a su convivencia social y a su formación educativa, tienen la capacidad de evitar aquello que atenta contra su salud o su identidad como persona. Pero existen múltiples factores que predisponen al individuo al consumo de sustancias psicoactivas y estos abarcan características genéticas, psicológicas, conductuales, familiares y sociales,<sup>5</sup> entre otros. El tiempo libre como su nombre indica, es aquel que nos queda luego de realizar las actividades que normalmente debemos hacer o planeamos hacer, de manera que éste puede ser utilizado en actividades negativas o positivas. Los afrodesplazados por ejemplo, debido a su condición se podría pensar que tienen un mayor tiempo libre y que sus problemas son un factor que facilita el consumo de sustancias psicoactivas, por ello se considera importante evidenciar cuál es la utilización que ellos dan al tiempo libre, para así determinar en intervenciones posteriores u otras investigaciones, cómo se debe utilizar este tiempo y en qué actividades específicas para protegerlos de caer en el consumo.

De manera que se considera fundamental el trabajo del profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación en este tipo de procesos y población, porque dentro de las funciones que el profesional desempeña, se encuentra una de carácter social, que implica la proposición de estrategias y mecanismos, posiblemente limitantes del desarrollo de problemáticas en los jóvenes, a través de la educación oportuna en cuanto a cómo utilizar adecuadamente el tiempo libre.

---

<sup>4</sup> GARCIA, Manuel Fernando. Consumo de psicoactivos en Colombia: elementos para discusión y perspectivas de acción. P 1-3. Internet en línea. Sitio de internet. Disponible en: [http://www.elportaldelasalud.com/index.php?option=com\\_content&task=view&id=88&Itemid=29](http://www.elportaldelasalud.com/index.php?option=com_content&task=view&id=88&Itemid=29)

<sup>5</sup> ARZUMENDI, Leandro Ivan. Factores que predisponen a la adicción. Internet en línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.adiccioneslatino.com/factores.html#8>

### 3.1 APOORTE SOCIAL

Uno de los principales aportes sociales que persigue la presente investigación, no sólo es la descripción del manejo que se le está dando al tiempo libre, desde la vivencia de una población vulnerable como lo son los afrodesplazados, sino también la concienciación a estas personas, de la importancia que tiene el tiempo libre en sus vidas. Pues, éste aparece como agente mediador<sup>6</sup> que contribuye al desarrollo de las potencialidades en los jóvenes si se utiliza adecuadamente, apoyando y brindando apertura hacia las actividades y experiencias que correspondan a sus propias necesidades, intereses y preferencias; de manera que los jóvenes interactúen positivamente con el ambiente, se integren socialmente y puedan alcanzar un completo estado de bienestar físico, mental y social.<sup>7</sup>

### 3.2 PRODUCTOS E IMPACTOS ESPERADOS

#### 3.2.1 De generación de conocimiento o desarrollo tecnológico.

PRODUCTO	INDICADOR	BENEFICIARIO
La utilización adecuada del tiempo libre como factor protector del consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes afro desplazados de Pereira.	Investigación realizada y socializada.	Comunidad afrocolombiana. Entes gubernamentales. Comunidad académica.

#### 3.2.2 De fortalecimiento de la capacidad científica nacional.

PRODUCTO	INDICADOR	BENEFICIARIO
Formación de estudiantes de pregrado en investigación.	Estudiantes participantes.	Estudiantes y la UTP.
Mayor consolidación de la línea de investigación en Recreación y Cotidianidad, del grupo de investigación en Cultura de la Salud.	Nueva investigación realizada en la línea.	La línea y la UTP.

<sup>6</sup> J. DUMAZEDIER. La historia del ocio, entretenimiento y recreo. En línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.espanolsinfronteras.com/indexSite/Intercambio-OcioyEntretenimiento.htm>

<sup>7</sup> OMS. Organización mundial de la salud. Definición del concepto: salud. 1946. . En línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaCon.html>



### 3.2.3 De apropiación social de conocimiento.

PRODUCTO	INDICADOR	BENEFICIARIO
Artículo científico de la investigación.	Artículo enviado a revista científica.	Comunidad científica interesada.
Sustentación del proyecto.	Aprobación del trabajo de grado.	Estudiantes realizadores del trabajo de grado.

### 3.2.4 Impactos esperados

IMPACTO ESPERADO	PLAZO	INDICADOR VERIFICABLE	SUPUESTOS
El uso adecuado del tiempo libre como factor protector en el consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes afrodesplazados de Pereira.	Corto	Disminución del consumo de SPA a través de las estadísticas de las autoridades competentes.	La investigación mostrará la eficacia de las técnicas utilizadas.
Posicionamiento internacional en Recreación de la Línea y Grupo de investigación.	Mediano	Reconocimiento de organizaciones internacionales	La UTP continuará apoyando la Línea de Investigación.

### 3.3 VIABILIDAD

La presente investigación se realizó con una población de jóvenes afrodesplazados ya establecida, en la ciudadela Tokio del municipio de Pereira. Los recursos necesarios para la investigación, fue responsabilidad de los autores, quienes estaban en condiciones de asumir los costos de la investigación y la disponibilidad del tiempo estimado para su desarrollo.

Se considera además, que posiblemente se cuenta con las base de datos del la Secretaria Municipal de Deportes y del DANE, que permita tener una radiografía actual de las personas que participan en los programas deportivos y de actividad física, ofrecidos por este organismo y la complementación con diferentes fuentes como los clubes, las organizaciones o fundaciones.



## **4. OBJETIVOS**

### **4.1 OBJETIVO GENERAL**

Describir el uso del tiempo libre como factor protector y de riesgo del consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes afrodesplazados de la ciudadela Tokio de Pereira.

### **4.2 OBJETIVO ESPECÍFICOS**

- ✓ Describir la forma de utilización del tiempo libre por la comunidad de afrodesplazados de la ciudadela Tokio de Pereira.
- ✓ Definir las actividades de tiempo libre que dicha comunidad identifica como factor protector del consumo de sustancias psicoactivas.
- ✓ Definir las actividades de tiempo libre que dicha comunidad identifica como factor de riesgo del consumo de sustancias psicoactivas.



## **5. MARCO REFERENCIAL**

### **5.1 MARCO CONTEXTUAL**

#### **5.1.1 Principios fundamentales ley 181.<sup>8</sup>**

“ART. 4°—Derecho social. El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social, bajo los siguientes principios:

Universalidad. Todos los habitantes del territorio nacional tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y al aprovechamiento del tiempo libre.

Participación comunitaria. La comunidad tiene derecho a participar en los procesos de concertación, control y vigilancia de la gestión estatal en la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre.

Participación ciudadana. Es deber de todos los ciudadanos propender la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, de manera individual, familiar y comunitaria.

Integración funcional. Las entidades públicas o privadas dedicadas al fomento, desarrollo y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, concurrirán de manera armónica y concertada al cumplimiento de sus fines, mediante la integración de funciones, acciones y recursos, en los términos establecidos en la presente ley.

Democratización. El Estado garantizará la participación democrática de sus habitantes para organizar la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, sin discriminación alguna de raza, credo, condición o sexo.

Ética deportiva. La práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, preservará la sana competición, pundonor y respeto a las normas y reglamentos de tales actividades.

Los organismos deportivos y los participantes en las distintas prácticas deportivas deben acoger los regímenes disciplinarios que le sean propios, sin perjuicio de las responsabilidades legales pertinentes.

La recreación. Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y

---

<sup>8</sup> Ley 181. ley 181 de 1995, ley nacional del deporte y la recreación. En línea. Sitio de internet. Disponible en: [http://www.politecnicojic.edu.co/polidinamico/polideportes/ley\\_181.pdf](http://www.politecnicojic.edu.co/polidinamico/polideportes/ley_181.pdf)

mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.

El aprovechamiento del tiempo libre. Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida, en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicobiológica.

La educación extraescolar. Es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la Nación. Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones.”

“ART. 6º—Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el plan nacional de recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las cajas de compensación familiar. Igualmente, con el apoyo de Coldeportes impulsarán y desarrollarán la recreación, las organizaciones populares de recreación y las corporaciones de recreación popular.”

“ART. 9º—El Ministerio de Educación Nacional, Coldeportes y los entes territoriales propiciarán el desarrollo de la educación extraescolar de la niñez y de la juventud. Para este efecto:

1. Fomentarán la formación de educadores en el campo extraescolar y la formación de líderes juveniles que promuevan la creación de asociaciones y movimientos de niños y jóvenes que mediante la utilización constructiva del tiempo libre sirvan a la comunidad y a su propia formación.
2. Dotarán a las comunidades de espacios pedagógicos apropiados para el desarrollo de la educación extraescolar en el medio ambiente o sitios diferentes de los familiares y escolares, tales como casas de la juventud, centros culturales especializados para jóvenes, o centros de promoción social, además, de las instalaciones deportivas y recreativas.
3. Las instituciones públicas realizarán, directamente o por medio de entidades privadas sin ánimo de lucro, programas de educación extraescolar. Para este efecto se celebrarán contratos que podrán financiarse por medio de los dineros destinados a los fines de que trata la presente ley (Plan Nacional Del Deporte, La Recreación Y La Educación Física).”

### 5.1.2 Plan nacional del deporte, la recreación y la educación física<sup>9</sup>

“ART. 52. —El sistema nacional del deporte, en coordinación con diferentes entidades o instituciones deportivas, recreativas, de aprovechamiento del tiempo libre, de educación extraescolar y de educación física, estatales y asociadas, a través del Instituto Colombiano del Deporte, Coldeportes, elaborará el plan nacional del deporte, la recreación y la educación física, de conformidad con la ley orgánica respectiva y para ser incluido en el plan nacional de desarrollo. El plan sectorial deberá contener:

1. Los propósitos y objetivos de largo plazo y las estrategias y orientaciones generales de la política deportiva y recreativa que sea adoptada por el Gobierno Nacional.
2. El plan de inversiones con los presupuestos plurianuales (sic) de los principales programas y proyectos de inversión pública de los diferentes sectores del sistema y la especificación de los recursos financieros requeridos para su ejecución.”

“ART. 53.—El plan nacional del deporte, la recreación y la educación física, tendrá como fundamento los planes y proyectos que las entidades territoriales de carácter municipal, departamental y las instituciones del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre asociados, propongan para el fomento y desarrollo del sector deportivo de acuerdo con las políticas del Gobierno Nacional.

PAR. —Cuando se hable de la recreación en este plan y en lo referente al sistema nacional del deporte se entiende incorporado el tiempo libre y la educación extraescolar de acuerdo con el artículo 5º de la presente ley.”

“ART. 54. —El director de Coldeportes, en coordinación con las diferentes instituciones deportivas, recreativas, de aprovechamiento del tiempo libre y de educación física, estatales y asociadas, elaborará anualmente el plan nacional del deporte, la recreación y la educación física, el cual deberá reflejar el plan nacional de desarrollo y los planes plurianuales (sic) de inversión, que será presentado para su aprobación a la junta directiva de Coldeportes.”

“ART. 55.—Para la elaboración del proyecto del plan nacional del deporte, la recreación y la educación física, el director convocará obligatoriamente a representantes del Comité Olímpico Colombiano, de las federaciones deportivas, de los entes deportivos departamentales, municipales y distritales y de los medios de comunicación especializados en materia deportiva. El plan contendrá básicamente los objetivos, las metas, las estrategias y políticas para el desarrollo del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física a corto plazo, la infraestructura necesaria para tal desarrollo y los presupuestos respectivos.”

---

<sup>9</sup> Ibíd. Ley 181 de 1995.

### 5.1.3 Legislación nacional e internacional<sup>10</sup>

“En las tres últimas décadas los distintos gobiernos de Colombia han ratificado todos los tratados internacionales en materia de derechos humanos. Dichos tratados (convenciones, pactos y convenios) deben ser cumplidos tal como lo estipulan los mismos. También el gobierno estuvo presente en el compromiso internacional que establece el cumplimiento de los ODM (Objetivos de Desarrollo del Milenio).

Sin embargo, la realidad nacional es muy distinta a lo que dice el papel. En todo caso, y aunque obviamente todos los tratados de derechos humanos tienen una relevancia similar, en este texto se hace referencia especialmente a los ODM y a los tratados de derechos humanos, citando las leyes a través de las cuales se aprobaron en el país, que se encuentran relacionados con la población afrocolombiana como grupo étnico y que además se siguen violando en el país:

- Ley 22 de 1981, que adoptó la “Convención Internacional sobre la eliminación de todas las formas de discriminación racial” y entró en vigor el mismo año.
- Ley 74 de 1968, la cual adoptó el “Pacto Internacional de derechos económicos, sociales y culturales” y entró en vigor en 1976.
- Ley 74 de 1968. Adoptó el “Pacto Internacional de derechos civiles y políticos” y que también entraría en vigor en 1976.

Estas leyes reflejan los fines de dichos tratados y al igual que ellos, fueron promulgadas no sólo para evitar y castigar la promoción de todas aquellas ideas, incluyendo los prejuicios difundidos en planteles educativos y medios de comunicación, que incitaran a la discriminación racial; sino también, y principalmente, para promover una legislación nacional que garantizara la igualdad de las personas ante la Ley, independientemente de su color de piel u origen étnico.

Lo expresado en la parte final del párrafo anterior en efecto se presentó con la entrada en vigor de la Constitución de 1991. A partir de ese año se comenzaría a gestar toda una legislación que promueve la defensa de los derechos de la población afro del país y castiga sus violaciones (en el papel). Entre las normas más importantes de tal legislación se destacan las siguientes:

- Informe - Objetivos y Metas de Desarrollo del Milenio en Colombia CIMARRON 2005 6.
- Ley 70 de 1993, o Ley de Comunidades Negras, y decretos reglamentarios.

---

<sup>10</sup> REALES, J. Leonardo. Informe del movimiento nacional afrocolombiano. CIMARRON, sobre la situación de derechos de la población afrocolombiana. (1994-2004). En línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://portail-eip.org/SNC/EIPColombia/Informe.htm#Legislación nacional e internacional>.



- Ley 115 de 1994, o Ley General de Educación (promueve la etnoeducación).
- Ley 649 de 2000 (Dos curules en la Cámara para afrocolombianos(as)).
- Ley 725 de 2001 (21 de mayo - Día Nacional de la Afrocolombianidad)."

"Como se puede ver, existe una amplia legislación para proteger los derechos humanos de la población afrocolombiana. Sin embargo, y a pesar de la existencia de dichas normas y de los pronunciamientos sobre el cumplimiento de los ODM, en los últimos años se han empeorado las condiciones de exclusión socio-económica y la pobreza de los(as) afrocolombianos(as)."

#### **5.1.4 Ley 30 de 1986<sup>11</sup>**

"Por la cual se adopta el Estatuto Nacional de Estupefacientes y se dictan otras disposiciones.

ARTICULO 2o. (Definiciones). Para efectos de la presente Ley se adoptarán las siguientes definiciones:

- a) Droga: Es toda sustancia que introducida en el organismo vivo modifica sus funciones fisiológicas.
- b) Estupefaciente: Es la droga no prescrita médicamente, que actúa sobre el sistema nervioso central produciendo dependencia.
- c) Medicamento: Es toda droga producida o elaborada en forma farmacéutica reconocida que se utiliza para la prevención, diagnóstico, tratamiento, curación o rehabilitación de las enfermedades de los seres vivos.
- d) Sicotrópico: Es la droga que actúa sobre el sistema nervioso central produciendo efectos neuro-psicofisiológicos.
- e) Abuso: Es el uso de droga por una persona, prescrita por ella misma y con fines no médicos.
- f) Dependencia psicológica: Es la necesidad repetida de consumir una droga, no obstante sus consecuencias.
- g) Adicción o Drogadicción: Es la dependencia de una droga con aparición de síntomas físicos cuando se suprime la droga.
- h) Toxicomanía: Entiéndase como dependencia a sustancias médicamente calificadas como tóxicas.

---

<sup>11</sup> Ley 30 de 1986. Estatuto nacional del consumo de estupefacientes. Sitio de internet. Disponible en: [http://www.mamacoca.org/docs\\_de\\_base/Legislacion\\_tematica/ley30de1986X.pdf](http://www.mamacoca.org/docs_de_base/Legislacion_tematica/ley30de1986X.pdf)

i) Dosis terapéutica: Es la cantidad de droga o de medicamento que un médico prescribe según las necesidades clínicas de su paciente.

j) Dosis para uso personal: Es la cantidad de estupefacientes que una persona porta o conserva para su propio consumo.

Es dosis para uso personal la cantidad de marihuana que no exceda de veinte (20) gramos; la de marihuana hachís que no exceda de cinco (5) gramos; de cocaína o de cualquier sustancia a base de cocaína la que no exceda de un (1) gramo, y de metacualona la que no exceda de dos (2) gramos.

No es dosis para uso personal, el estupefaciente que la persona lleve consigo, cuando tenga como fin su distribución o venta, cualquiera que sea su cantidad.

k) Precursor: Es la sustancia o mezcla de sustancias a partir de las cuales se producen, sintetizan u obtienen drogas que pueden producir dependencia.

l) Prevención: Es el conjunto de actividades encaminadas a reducir y a evitar la dependencia.

m) Tratamiento: Son los distintos métodos de intervención terapéutica encaminados a contrarrestar los efectos producidos por la droga.

n) Rehabilitación: Es la actividad conducente a la reincorporación útil del farmacodependiente a la sociedad.

ñ) Plantación: Es la pluralidad de plantas, en número superior a veinte (20), de las que pueden extraerse drogas que causen dependencia, y

o) Cultivo: Es la actividad destinada al desarrollo de una plantación en los términos descritos en el literal anterior.”

“ARTICULO 3o (Limitación a los estupefacientes). La producción, fabricación, exportación, importación, distribución, comercio, uso y posesión de estupefacientes, lo mismo que el cultivo de las plantas de las cuales estos se produzcan, se limitarán a los fines médicos y científicos, conforme a la reglamentación que para el efecto expida el Ministerio de Salud.”

“ARTICULO 4o. (Competencia del Consejo Nacional de Estupefacientes). El Consejo Nacional de Estupefacientes, de acuerdo con las normas que para el efecto expida el Ministerio de Salud, señalará las drogas y medicamentos de que trata la presente ley que pueden importarse, producirse y formularse en el país y, los laboratorios farmacéuticos que las elaboren o produzcan de las plantas, de conformidad con las disposiciones del presente estatuto.”

“ARTICULO 8o. El Consejo Nacional de Estupefacientes podrá ordenar la destrucción de toda plantación que no posea licencia, o autorizar su utilización para fines lícitos, de conformidad con la reglamentación que se expida.”

“ARTICULO 9o. Toda campaña tendiente a evitar los cultivos y la producción, tráfico y consumo de sustancias estupefacientes, deberá ser dirigida y supervisada por el Consejo Nacional de Estupefacientes, directamente o a través del comité técnico que se crea por medio de la presente ley.”

“ARTICULO 10. A partir de la vigencia del presente estatuto, la prensa escrita, las estaciones de radiodifusión sonora y las programadoras de televisión que operen en el país deberán adelantar campañas destinadas a combatir el tráfico y consumo de drogas que producen dependencia con la duración y periodicidad que determine el Consejo Nacional de Estupefacientes, de común acuerdo con el Ministerio de Comunicaciones, los cuales reglamentarán y vigilarán el cumplimiento de esta disposición. Los programas podrán ser elaborados directamente por el correspondiente medio de comunicación, pero para su difusión deberán ser sometidos a aprobación del Consejo Nacional de Estupefacientes.”

“ARTICULO 11. Los programas de educación primaria, secundaria y superior, así como los de educación no formal, incluirán información sobre los riesgos de la farmacodependencia, en la forma que determine el Ministerio de Educación Nacional y el Icfes, en coordinación con el Consejo Nacional de Estupefacientes.”

“ARTICULO 13. El Consejo Nacional de Estupefacientes, en coordinación con otras entidades gubernamentales, promoverá y reglamentará la creación y funcionamiento de comités cívicos, con la finalidad de luchar contra la producción; tráfico y consumo de drogas que produzcan dependencia.”

“ARTICULO 15. En ningún caso podrán trabajar personas menores de catorce (14) años, durante la jornada nocturna en establecimientos donde expendan y consuman bebidas alcohólicas.”

“Consejo Nacional de Estupefacientes, previo el concepto de su Comité Técnico Asesor. El Ministro de Comunicaciones velará por el cumplimiento de esta disposición.”

“ARTICULO 35. El que en cualquier forma estimule o propague el uso ilícito de drogas o medicamentos que produzcan dependencia incurrirá en prisión de tres (3) a ocho (8) años.”

“ARTICULO 36 El profesional o practicante de medicina, odontología, enfermería, farmacia o de alguna de las respectivas profesiones auxiliares que, en ejercicio de ellas, ilegalmente formule, suministre o aplique droga que produzca dependencia, incurrirá en prisión de tres (3) a ocho (8) años.

Además de la sanción establecida en el inciso anterior, se impondrá la suspensión en el ejercicio de la profesión por un término de cinco (5) a diez (10) años.”

“ARTICULO 37. El que suministre, administre o facilite a un menor de dieciséis (16) años droga que produzca dependencia o lo induzca a usarla, incurrirá en prisión de seis (6) a doce (12) años.”

“ARTICULO 53 Los establecimientos educativos que incumplan lo previsto en los artículos 11 y 12 de la presente ley, incurrirán en multa en cuantía de diez (10) a cuarenta (40) salarios mínimos mensuales, sin perjuicio de las sanciones que, para los establecimientos de educación postsecundaria, establece el artículo 184 del Decreto-Ley 80 de 1980.”

“ARTICULO 76. En ningún caso, se podrá dar a la publicidad el valor de las sustancias estupefacientes o psicotrópicas, decomisadas o aprehendidas por las autoridades, en desarrollo de las disposiciones de la presente ley.”

## **5.2 MARCO TEÓRICO**

### **5.2.1 La población afrocolombiana**

El origen de la población afrocolombiana, se conceptualiza en cuanto al término como: “afro”, que se refiere a persona negra y colombiana, perteneciente ha dicho país. Este concepto también es utilizado en otros países como Perú, en donde simplemente cambia la denotación final “afroperuano” y así sucesivamente con otros países:

“La población africana colombiana o afrocolombiana corresponde a las comunidades descendientes de las personas africanas esclavizadas por los españoles y las comunidades cimarronas que conquistaron su libertad, entre 1510 y 1852. Son africanas por su ancestro genético, étnico, cultural y espiritual, asumiendo la africanidad como un valor personal y de la sociedad colombiana.”<sup>12</sup>

Según esto, los afrocolombianos son personas nacidas en Colombia, pero sus orígenes provienen del África. Así como también, la subvaloración como esclavos que se les dio a estas personas, en siglos pasados; la cual ha sido compensada con los valores y cultura colombiana al aportar una identidad espiritual al país.

### **5.2.2 Desplazamiento**

En términos del desplazamiento forzado, en el marco del conflicto armado del que las comunidades son víctimas, cabe resaltar que al menos el 50% son afrocolombianos. En otras palabras, más de un millón de personas afrocolombianas han sido víctimas de la violación de los derechos humanos, que

---

<sup>12</sup> MOSQUERA Mosquera, Juan de Dios, 1956. En línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.banrepcultural.org/blaavirtual/sociologia/estudiosafro/estudiosafro3.htm>

además por tratarse en muchos casos de territorios (ancestrales) colectivos, también se ha convertido en una violación a los derechos económicos, sociales y culturales.

“Los desplazados son personas como usted o como yo. Gente normal, envuelta en un conflicto en el que no participan como actores, son una de las consecuencias de la irracional guerra irregular que enfrenta Colombia. Cerca de tres millones (3.000.000) de personas han sido obligadas a abandonar su lugar de origen, dejando atrás sus sueños y proyectos de vida.”<sup>13</sup>

De manera que los afrodesplazados, además de enfrentar diversos problemas a causa de su condición étnica, son quienes reciben la peor parte de los problemas de la guerra en el país. Problemas de carácter económico y político, en donde ellos no son los protagonistas, sino las víctimas que deben sacrificarlo todo y abandonarlo todo para sobrevivir en otro lugar.

Por otra parte, en los últimos años grupos guerrilleros como las FARC, se han puesto en la tarea de “reivindicar” a algunos líderes como: Benkos Biohó y aspectos históricos como el cimarronaje, relacionados con la población afrocolombiana, para nombrar sus grupos de combate o acciones; lo que preocupa a la población afrocolombiana porque este fenómeno hace más vulnerable y peligrosa la labor de los(as) activistas afrocolombianos(as) en el país. Es decir, muchos noticieros confirman que los grupos armados ilegales, están conformados por personas afrocolombianas, pero las principales víctimas del conflicto armados son ellos, y posiblemente (no por justificarlos) son obligados a integrarse a dichos grupos para superar sus dramáticas condiciones de vida o bajo presión y amenazas de muerte.

### **5.2.3 Sustancias Psicoactivas**

Se denominan sustancias psicoactivas aquellas sustancias que actúan sobre el sistema nervioso, teniendo una gran variedad de efectos positivos y negativos. Entre los efectos positivos se encuentra la sensación de placer y/o relajación que dicen sentir los consumidores, razón por la que se vuelven dependientes. *–Más que a la sustancia, se es adicto al efecto agradable que produce–* Por lo demás, los efectos negativos tienen que ver con las consecuencias del abuso de dichas sustancias, consecuencias que pueden afectar la salud física, psicológica, mental y social del individuo.

---

<sup>13</sup> CABRERA, Lizandro Alfonso. 2006. Sitio de internet. En línea, disponible en: <http://lizandrocabrera.comunidadcoomeva.com/blog/index.php?/archives/2-DESPLAZADOS-EN-COLOMBIA.html>

“Existen muchas clasificaciones de las sustancias psicoactivas; la más generalizada y aceptada es la siguiente:<sup>14</sup>

#### **5.2.3.1 Depresores del sistema nervioso central**

- Alcohol
- Opiáceos
- Barbitúricos
- Benzodiacepinas

#### **5.2.3.2 Estimulantes del sistema nervioso central**

- Anfetaminas
- Tabaco
- Cocaína
- Cafeína
- Bazuco

#### **5.2.3.3 Alucinógenos**

- LSD
- Hongos
- Inhalantes (gasolina, pegantes)
- Marihuana”

Como se puede observar, hay un sin número de sustancias que se constituyen como psicoactivas y muchas de ellas, creadas con fines totalmente diferente. Por ejemplo el caso de la gasolina, de los pegantes, de la cafeína, de las anfetaminas y benzodiacepinas...

Es solo que muchas de estas sustancias, coinciden con la producción de efectos positivos mencionados, los cuales son motivo de curiosidad o de ansiedad por personas normales o con problemas de autoestima.

“La ingesta de las sustancias psicoactivas sirve para resolver tensiones internas, violentando el propio cuerpo por la obtención del placer. Estas sustancias pueden ser consideradas por los consumidores como un soporte para la comunicación, puede ser una forma de calmar la angustia o un mensaje de violencia y reproche hacia sí mismo y hacia su entorno.”<sup>15</sup>

Se considera entonces, que el uso diferente que se le da a sustancias que no tienen el fin específico de producir, se da por el hecho de que muchas personas carecen de amor propio, o están inconformes con el entorno o simplemente

---

<sup>14</sup> RESTREPO, María Fernanda. Consumo de sustancias psicoactivas. Grupo de investigación en violencia, criminalidad y familia en la costa caribe colombiana. 2005. En línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.unisimonbolivar.edu.co/rdigital/investigacion/index.php/investigacion/article/viewFile/98/95>

<sup>15</sup> Ibíd. RESTREPO, María Fernanda.

necesitan autosatisfacerse para alivianar sus angustias. Por tal motivo, algunas de estas personas son conscientes del daño que hacen a su cuerpo y a su cerebro, pero no les importa porque hay razones de carácter mayor o problemas que necesitan evadir de la realidad por unos instantes.

#### **5.2.4 Tipos de consumo SPA**

Existen diversos tipos de consumo, uno de acuerdo al tiempo y ocasión en que se consuma: una vez, varias veces o todos los días, y el otro según el ambiente social en que se dé, ya sea colectivo o de forma individual.

Entonces, pueden existir dos tipos de aproximaciones al producto:

##### ***“El uso recreativo***

En estos casos el consumo no es ni un estado definitivo ni una estructura sino un síntoma. Es una práctica que permite a los jóvenes con crisis de identidad adoptar la del toxicómano independientemente del producto. El uso simple es un consumo que no representa complicaciones para la salud ni trastornos de comportamiento con consecuencias nocivas para otros. Son frecuentes los casos de adolescentes que experimentan por curiosidad, para divertirse o para imitar a los otros. La mayoría de las veces se trata de consumos ocasionales y moderados que conciernen un número importante de usuarios de alcohol.”

##### ***“El uso nocivo***

El uso nocivo o problemático es un consumo susceptible de provocar daños físicos, psíquicos, afectivos, psicológicos y sociales para el consumidor y para su ambiente próximo o lejano. Este uso no está ligado únicamente a la cantidad consumida en una sola vez ni a la repetición de un consumo moderado y controlado de ciertas sustancias. Los riesgos tienden al peligro específico del producto, a los daños para la salud y a las consecuencias sociales del consumo.”

En síntesis, los dos tipos de aproximaciones evidenciadas responden indirectamente a los efectos positivos y negativos expuestos con anterioridad, dado que el uso recreativo puede perseguir el disfrute o relajación temporal, y el uso nocivo una adicción o dependencia constante que produce alteraciones fisiológicas graves en el individuo.

#### **5.2.5 El Consumo De Sustancias Psicoactivas En Colombia**

En Colombia, el uso de sustancias psicoactivas se ha convertido en un problema no sólo social, sino de salud pública. Cada vez son más los jóvenes o individuos que acceden a este tipo de sustancias, afectando su salud de manera considerable.

“Con el objetivo de proveer información que permita planear y evaluar programas de prevención, se realizó el tercer estudio de la Dirección Nacional de Estupefacientes sobre el consumo de SPA en Colombia año 2002. La prevalencia del consumo de sustancias se encuentra distribuida así: El consumo alguna vez en la vida de cualquier sustancia ilegal (marihuana, cocaína, bazuco o heroína) fue de 5,9%. Estimado en más de un millón cien mil hombres (11,4%) y casi 300 mil mujeres (1,9%) (Dirección Nacional de Estupefacientes 2002).”<sup>16</sup>

Según lo anterior, hasta el año 2002 el índice de consumo de sustancias psicoactivas demostraba que había más consumidores de género masculino, que femenino. Sin embargo, este índice podría ser mucho más significativo, si se amplía el tamaño de la muestra del estudio.

#### **5.2.6 Factores de riesgo para el consumo de sustancias psicoactivas.**

“Se consideran factores de riesgo a circunstancias biológicas, psicológicas o sociales, las cuales modifican con su presencia o ausencia la posibilidad de la existencia de un desequilibrio en una persona o comunidad.”<sup>17</sup>

Los factores de riesgo tienen relación además con la conducta del individuo, y pueden ser muchos y presentarse de acuerdo al estilo de vida de la sociedad actual. La conducta del individuo que consume entonces, está influenciada por alguno de esos factores y la identidad del mismo, por diferentes características:

---

<sup>16</sup> Ibíd. RESTREPO, María Fernanda.

<sup>17</sup> Op. cit., REALES, Leonardo. 2000-2005.



<b>Escala discriminativa</b>		<b>O</b>	<b>R</b>	<b>Escala Reforzadora</b>
<b>Estimulos de Factores de riesgo</b>	<b>Estimulos de instigación o precipitación</b>	<b>Factores constitucionales Individuales:</b>	<b>Clase de respuesta compleja</b>	<b>Condiciones reforzantes</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tener conducta agresiva</li> <li>- Ser sobreprotegido</li> <li>- Mostrarse socialmente incompetente</li> <li>- Inicio temprano de consumo de drogas sociales: alcohol y tabaco.</li> <li>- Tener varios problemas de conducta y ser considerado niño difícil</li> <li>- Bajo nivel de afectos y sentimientos positivos en el círculo familiar</li> <li>- Tener defecto físico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ser rechazado o aislado de su grupo.</li> <li>- Experiencias de fracaso y pérdida de autoestima.</li> <li>- Tener bajo rendimiento académico.</li> <li>- Separación de padres.</li> <li>- Presión del grupo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Personalidad I-E. Psicoticismo elevado</li> <li>- Umbral de sedación bajo.</li> </ul> <p><b>Factores protectores:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comunicación adecuada en la familia.</li> <li>- Unidad e integración familiar.</li> <li>- Valores morales sólidos.</li> <li>- Éxito escolar.</li> <li>- Ser popular y querido por sus amigos.</li> <li>- Buen nivel de autoestima y autocontrol.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Niveles autonómicos.</li> <li>- Niveles emocionales.</li> <li>- Niveles motores.</li> <li>- Niveles sociales.</li> <li>- Niveles cognitivos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reforzamiento externo real: alabanzas, premios tangibles.</li> <li>- Logros de status, aceptación en el grupo.</li> <li>- Efectos de reforzamiento vicario: ver a otros lograr lo que ellos aparentemente no pueden.</li> <li>- Autoreforzamiento fisiológico y psicológico.</li> <li>- Autoinstrucción.</li> <li>- Autocontrol emocional.</li> </ul>

**FUENTE:** análisis funcional de la conducta adictiva. J. Anicama. 1998.<sup>18</sup>

Existen además múltiples condiciones individuales, familiares, sociales y ambientales, que contribuyen con el desarrollo de la conducta adictiva. Por tal motivo, la identificación de estos factores de riesgo son la base para adquirir herramientas preventivas, que puedan contrarrestar el posible establecimiento del consumo de sustancias psicoactivas.

## 5.2.7 Tiempo libre

El concepto de tiempo libre, ha sido expuesto por múltiples autores y con diferentes términos. Algunos coinciden entre ellos, y otros por contraste sólo dan una apreciación general de lo que es en sí:

<sup>18</sup> ANICAMA, José. Capítulo 4. Impacto de los factores de riesgo y factores protectores en el desarrollo de la conducta adictiva. 1998. En: ZAVALA, Alfonso. Factores de riesgo y protección en el consumo de droga en la juventud. Ed. Cedro. Lima. 2001

“El Tiempo Libre es un período cronológico situado después de las obligaciones laborales, escolares, sociales y familiares, en el que pueden desarrollarse actividades de ocio positivas y saludables para las personas. Lamentablemente, la sociedad de consumo actual ha traído consigo la aparición de una serie de disfunciones y problemáticas que no han permitido que el tiempo libre sea siempre considerado como un espacio educativo completamente idóneo. Entre las muchas competencias que se le asignan a los Educadores Sociales en su labor profesional, se encuentra la de recuperar el valor formativo y las posibilidades de desarrollo personal, tratamiento terapéutico e inserción sociocultural que el tiempo libre puede tener para las personas, en especial para aquellas que se encuentran en situaciones de riesgo social.”<sup>19</sup>

- “Tiempo libre es el que queda después del trabajo, entendiendo trabajo a las actividades productivas de carácter material e intelectual; a las remuneradas o lucrativas, a las asalariadas o dependientes, a las que reúnen a dos o más de estas características, fuera de estas actividades quedará el tiempo libre; tiempo libre y trabajo son opuestos.
- Tiempo libre es el que queda libre de las necesidades y obligaciones cotidianas y se emplea en lo que uno quiere, esto es, lo que se conoce comúnmente como ocio.
- Tiempo libre es la parte fuera del tiempo del trabajo destinada al desarrollo físico e intelectual del hombre en cuanto fin en sí mismo.
- El tiempo libre es una temporalidad para el ocio. TOURAINE (1974) sostiene que los ocios como cualquier actividad fuera del trabajo estricto, engloban la mayor parte de los rasgos culturales de una sociedad, como la vida religiosa, los juegos, la actividad política, el deporte. El tiempo libre es un tiempo sin obligaciones remuneradas y **sólo es un problema cuando no existe una previsión tradicional de la cultura para hacer uso de él.**”<sup>20</sup>

Según lo anterior, el tiempo libre es un espacio dedicado del tiempo en general que se utiliza para las labores cotidianas y personales, para el desarrollo individual de sí mismo (mente, o espíritu); independiente si las actividades que se realizan se hacen con o sin compañía alguna. Ahora bien, su relación con el ocio tiene que ver con el disfrute y aprovechamiento que se le dé al tiempo libre. O sea que en el tiempo libre pueden desarrollarse múltiples actividades, actividades que no tengan ninguna presión externa, sino que sean efectuadas por total voluntad del individuo, es solo que esta última característica deja abierta la posibilidad para que se utilice inadecuadamente. De manera que el tiempo libre debe ser una condición educada desde la infancia, emitiendo un aprendizaje y orientación sobre el aprovechamiento de este, para beneficio del individuo y no para afectar su salud.

<sup>19</sup> PEÑALBA, Josué. Actividades de tiempo libre. 2008 – 2009. Sitio de internet. En línea. Disponible en: <http://www.cardenalcisneros.es/documentos/asignaturas/560/56022.pdf>

<sup>20</sup> SIMIONI, Marcelo. El tiempo libre y la recreación de los trabajadores. Sitio de internet. En línea. Disponible en: [http://www.efydep.com.ar/ed\\_fisica/tiempo\\_libre.htm](http://www.efydep.com.ar/ed_fisica/tiempo_libre.htm)

### 5.2.8 Tiempo libre como factor protector y de riesgo del consumo de sustancias psicoactivas

“Se considera que el tiempo libre, puede tener dos influencias como factor asociado al consumo de sustancias psicoactivas, de acuerdo al uso que se dé a este. Como factor protector, cuando se efectúan actividades que alejan al individuo de la ansiedad de consumir o la predisposición de caer en esta dinámica.”

**“Factores protectores:** Se definen como aquellas características personales o elementos del ambiente, o la percepción que se tiene sobre ellos, capaces de disminuir los efectos negativos que el proceso de estrés puede tener sobre la salud y el bienestar.”<sup>21</sup>

Por otra parte, el tiempo libre como factor de riesgo no implica que sea éste el causante del consumo de sustancias psicoactivas, sino que de ser mal utilizado a través de actividades que propicien un entorno para dicho consumo, puede considerarse como un factor que pone en riesgo la salud.

**“Factores de riesgo:** Incluyen aquellos aspectos personales o situaciones en la vida de los individuos, que están asociadas con un aumento en la probabilidad de sufrir los efectos del estrés y enfermar.”<sup>22</sup>

De esta manera se puede considerar que el tiempo libre puede favorecer o generar situaciones negativas, como consecuencia de su uso adecuado o inadecuado, respectivamente. Si a esto se le suman los problemas que tiene la población afrocolombiana en situación de desplazamiento, se podría pensar que estas personas son quienes más vulnerables se encuentran a este tipo de problemáticas, y en donde las intervenciones estratégicas que tengan por objeto la prevención del consumo de estas sustancias, tendrán mayor efectividad y resultados satisfactorios; si se empieza claro está desde la educación del tiempo libre.

“En la población afrocolombiana en condición de desplazamiento se debe considerar que la utilización adecuada del tiempo libre es vital para rescatar a seres humanos de los peligros de las creaciones del hombre como las drogas, el empoderamiento lingüístico para destruir, como los estereotipos racistas que afectan la autoestima de la persona reproduciéndolo en la conciencia colectiva nacional.”<sup>23</sup>

En los afrodesplazados entonces, podría considerarse de vital importancia la educación del tiempo libre, no sólo para evitar que el individuo caiga en las

---

<sup>21</sup> HOLAHAN y MOOS. Sitio de internet. En línea. Disponible en: <http://www.sld.cu/saludvida/psicologia/temas.php?idv=6091>

<sup>22</sup> Ibíd. HOLAHAN y MOOS.

<sup>23</sup> Op. cit., MOSQUERA, Juan de Dios. 2000. p135.

drogas y sea este un factor de riesgo, sino también para reconocer otros valores y capacidades que han sido relegadas en los afrodesplazados, a causa de los paradigmas y preconcepciones que la sociedad tiene de ellos. Por tal motivo, el tiempo libre debe ser organizado y administrado de forma pensada, ya que esta población a causa de su situación de desplazamiento, puede estar más predispuesta que la población en general al uso inadecuado del tiempo libre. Dando lugar a que no se piense benéficamente qué hacer, sino realizar actividades para el entretenimiento y diversión, como por ejemplo el consumo de sustancias SPA; ignorando los efectos negativos que se pueden generar en su salud.

### **5.3 ESTADO CIENTÍFICO ACTUAL**

#### **5.3.1 El deporte y la recreación como estrategias de empoderamiento en población desplazada**

“Comprender la historia del desplazamiento forzado, sus orígenes, su evolución y la forma como la humanidad lo ha suscitado y enfrentado, permite tener una visión más clara de la situación actual de la doctrina internacional y de los principios y programas nacionales alrededor de su prohibición, de su prevención y de su atención. No siempre la sociedad ha visto al desplazamiento forzado interno como un problema, ni todas las personas que habitan en Colombia lo reconocen como un tema que deba ser de primordial preocupación por parte de las autoridades locales y nacionales. Es más, para algunas personas fue primero la palabra y el concepto, que los sucesos objetivos. Según esta interpretación, inicialmente se definió la noción de desplazado y luego ellos hicieron su aparición. Para ellos, los desplazados son el resultado de su propio enunciado, existen gracias a la preocupación y al pensamiento de algunos pocos y no necesariamente debido al conflicto interno que afronta el país.

Es comprensible esta reacción cuando se revisa la historia y se advierte que el desplazamiento forzado solamente en las últimas décadas adquiere un valor importante para el conjunto de las naciones del mundo. La costumbre de los grupos armados en contienda de amenazar y expulsar a población no combatiente de sus zonas habituales de residencia es tan antigua como los grandes conflictos bélicos o como las pequeñas disputas entre los seres humanos.

Los seres humanos, al igual que múltiples especies animales, han basado gran parte de las estrategias de supervivencia en el destierro de sus competidoras. Eso no quiere decir que sea normal o natural el desplazamiento forzado, todo lo contrario. Precisamente lo que separa a las culturas humanas de la vida salvaje es que la expulsión arbitraria de personas y comunidades es reconocida como un problema de carácter social y político, como un crimen contra la humanidad y por lo tanto, como una preocupación internacional y también de orden interno de las naciones. Los seres humanos tenemos más de 15 mil años desterrando violentamente a nuestros vecinos, y poco más de 50 años de haber comprendido que esto es un acto criminal.

La tierra ha sido ocupada y utilizada por la humanidad a través del tiempo, entre otras cosas gracias a mecanismos abruptos de invasión y dominación violenta contra población no combatiente, que sin más remedio termina huyendo de su sitio de origen o de trabajo para resguardar su propia vida. Ha sido tan trascendental la incidencia del fenómeno del desplazamiento en la actual configuración geopolítica, que el mundo conocido no existiría sin el destierro y la reubicación de tantos grupos humanos como consecuencia de los conflictos surgidos a través de los siglos. Luchas y exilio han moldeado la forma de ocupar las regiones, de cimentarlas culturalmente y de transformar a través del tiempo la forma de vida de pueblos enteros.

Sin embargo, y al margen del afán que evidencian las personas que viven el desplazamiento forzado de ver satisfechas sus necesidades más apremiantes (subsistencia, protección, afecto, entendimiento), la complejidad del ser humano lo impele a saciar otro tipo de necesidades (participación, ocio, creación, identidad, libertad) que a la postre se convierten en elementos potencializadores de su desarrollo humano que le permiten comenzar a mirar el término *calidad de vida* ya no desde el terreno de la utopía. (Maria del Carmen Morfín Herrera “administración del tiempo libre”).<sup>24</sup>

### **5.3.2 Factores de riesgo asociados al uso de drogas en estudiantes adolescentes**

“Objetivo Identificar factores de riesgo asociados al uso de drogas lícitas e ilícitas en estudiantes adolescentes de ambos sexos cursantes de educación básica y diversificada de instituciones públicas diurnas. Métodos Con base a un estudio descriptivo, de campo y transversal fue realizado estudio en el año 2002 en el Municipio Naguanagua, Estado Carabobo, Venezuela. Se utilizó un cuestionario anónimo auto aplicado denominado Test Drug Use Screening Inventory (DUSI) para adolescentes versión Venezuela, fue respondido por una muestra probabilística sistemática estratificada por año de estudio de estudiantes adolescentes de 12 a 17 años de edad de ambos sexos, de dos instituciones educativas públicas diurnas de educación básica y diversificada. Resultados Las áreas de riesgo alto asociadas al uso de drogas lícitas e ilícitas son las de familia y salud mental; mientras que en las de riesgo moderado se encuentran las áreas de recreación, conducta y escuela; y las de riesgo bajo pares, habilidades sociales y uso de drogas. Los resultados del Índice de Severidad Total, es alto. Esto es un indicador de que el adolescente venezolano presenta más riesgo de uso de drogas lícitas e ilícitas, pero al mismo tiempo presenta menos uso de drogas. Lo que pudiera indicar cómo la

---

<sup>24</sup> ARANGO, Carlos Mario. MUÑOZ, G. Alexander. El deporte y la recreación como estrategias de empoderamiento en la población desplazada. Tesis de grado. Sitio de internet. En línea. Disponible en: <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/056-eldeporte.pdf>

presencia de factores de protección interactúa con los factores de riesgo, para modificar el efecto de éstos.”<sup>25</sup>

### **5.3.3 Consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes: factores psicosociales asociados:**

“El objetivo de este trabajo fue describir el consumo de sustancias psicoactivas ilegales en jóvenes y los factores psicosociales de riesgo y de protección asociados.

Participaron 763 estudiantes (46,5% hombres y 54,5% mujeres) de una universidad privada de Cali, quienes diligenciaron el cuestionario de factores de riesgo y protección para el consumo de sustancias psicoactivas. Los resultados muestran que la marihuana fue la droga de mayor consumo; y que existe una fuerte asociación entre el consumo de las cuatro SPA ilegales (marihuana, opiáceos, cocaína y éxtasis) los factores psicosociales de riesgo y /o protección, principalmente, las habilidades de autocontrol, los preconceptos y valoración de las SPA, la relación con personas consumidoras y comportamientos perturbadores.”<sup>26</sup>

---

<sup>25</sup> OSORIO, Ever. ORTEGA, Neris. PILLON, Sandra. Factores de riesgo asociados al uso de drogas en estudiantes adolescentes. Tesis de grado. Rev latinoame enferm. 2004: 12; 369-375.

<sup>26</sup> ARÉVALO, María Teresa, SALAZAR, Isabel Cristina, CÁCERES, Delcy Elena, TOVAR, José Rafael. Consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes: factores asociados. Sitio de internet. En línea. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/801/80130804.pdf>

## 6. METODOLOGÍA

### 6.1 DISEÑO

La presente es una investigación descriptiva, en la cual se describen las formas de utilización del tiempo libre en los jóvenes afrodesplazados de la ciudadela Tokio en Pereira.

### 6.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

- **Objeto del estudio:** jóvenes afrodesplazados de la ciudadela Tokio del municipio de Pereira.
- **Descripción demográfica:** hombres y mujeres de entre los 12 y 18 años de edad.

### 6.3 VARIABLES

DIMENSIONES	ÍTEMS	OPCIONES DE RESPUESTA
<b>Recreación</b> Todas las actividades que tengan como objetivo la relajación, por medio de elementos como el entretenimiento y la diversión.	Ve televisión, video juegos, Indaga en internet, Visita centros comerciales, Parques, Billares, Discotecas y paseos o cruzadas.	SI – NO – horas/semana
<b>Recreación social</b> Se entiende por recreación social, todas las actividades de carácter recreativo, que se vivencian en compañía de otras personas.	Genera espacios para la lectura, Participa en, Grupos juveniles, Grupos musicales, Grupos académicos, Grupos artísticos.	Elección de respuesta y argumentación.
<b>Actividad física</b> Se refiere a toda actividad que durante un tiempo determinado, aumenta el gasto calórico del cuerpo.	Realiza caminatas, Trota, Juega fútbol o practica otros deportes.	SI – NO – horas/semana. Y en el último ítem: respuesta personal y argumentación.
<b>Tiempo libre como factor protector</b> Espacio del tiempo no dedicado a las labores	Actividades en su tiempo libre siente que lo alejan del consumo de licor o drogas ilícitas	Respuesta personal y argumentación.

cotidianas, sino a diferentes actividades que recrean al ser humano, sin afectar su salud.		
<b>Tiempo libre como factor de riesgo</b> Espacio del tiempo no dedicado a las labores cotidianas, sino a diferentes actividades que recrean al ser humano y a su vez predisponen al individuo a la afección de su salud.	Actividades en el tiempo libre que los inducen al consumo de sustancias psicoactivas.	Respuesta personal y argumentación.

## 6.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

### 6.4.1 Técnica

Se visitó la ciudadela Tokio del municipio de Pereira, específicamente la junta de acción comunal. Allí, el presidente de la junta nos ubico a algunos líderes comunitarios, quienes se encargaron de reunir en dicho lugar a la población solicitada.

Seguidamente, se prosiguió a organizar la población de acuerdo a los criterios de inclusión. Y a las personas que cumplían con los requisitos, se les indicó el motivo de la encuesta y cómo debían responderla. Por lo demás, los evaluadores observaban ésta dinámica, a la expectativa de poder resolver cualquier inquietud presentada. Finalmente, se culminó con el proceso agradeciendo a las personas que participaron de la resolución de la encuesta y se tabularon para la organización respectiva de los resultados.

### 6.4.2 Instrumento

#### 6.4.2.1 Descripción del instrumento

El instrumento utilizado para el presente estudio (Ver Anexo), surge del: instrumento base validado de recolección de información,<sup>27</sup> modificado por dos estudiantes que realizaron su trabajo de grado sobre aspectos relacionados con el

<sup>27</sup> GÓMEZ, Ariel Gustavo. PÉREZ, Eduardo Antonio. Practicas y representaciones sociales del tiempo libre en los estudiantes de pregrado en jornada diurna de la Universidad Tecnológica de Pereira segundo semestre de 2007. p 121. Trabajo de grado. Sitio de internet. En línea. Disponible en: <http://biblioteca.utp.edu.co/tesisdigitales/texto/36105G633p.html>



tiempo libre, dejando al final un instrumento propuesto para futuras investigaciones.<sup>28</sup> Este último, fue modificado y utilizado para fines de la presente investigación.

#### **6.4.2.2 Validación del instrumento.**

“Se realizó una prueba piloto con 36 estudiantes pertenecientes al primer semestre del programa: Ciencias del Deporte y la Recreación y al semillero investigación: Recreación y Cotidianidad, este fue el primer paso respecto a la adecuación del mismo para la aplicación de la muestra representativa. La validación estadística fue realizada por el señor William Martínez, médico cirujano y epidemiólogo de la facultad de Ciencias de la Salud. El alfa de Cronbach obtenido por dicho instrumento fue de 0.77 (77%) cifra representativa que permite validar el instrumento. Adicional a la validación, el instrumento fue sometido a juicio de expertos, el cual estuvo en manos del Mag. Gustavo Adolfo Bañol y Mag Jhon Jairo Triviño, docentes del programa ciencias del deporte y la recreación, se tomaron en cuenta todas sus recomendaciones y se aplicaron al instrumento.”

#### **6.4.2.3 Análisis de fiabilidad del instrumento.**

“Cuando hablamos de fiabilidad o confiabilidad, nos referimos a la probabilidad expresada en porcentaje que existe de que al realizar una prueba varias veces se obtengan resultados iguales. Se realizó el análisis de confiabilidad a través del software SPSS 12, el resultado obtenido fue del 77% dato arrojado por el alfa de Cronbach, que nos da la certeza de la confiabilidad del test. El alfa de Cronbach es una prueba de tipo estadístico, que al ingresar los elementos que componen el instrumento de investigación, proporciona el análisis de fiabilidad del mismo.”

De manera que el instrumento de origen, modificado para la utilización en la investigación presente, se encuentra debidamente validado y tiene el análisis de confiabilidad, que permite evidenciar la capacidad predictiva del test y nos garantiza que las preguntas planteadas, si arrojan los resultados esperados.

#### **6.4.4 Prueba piloto en la ciudadela Tokio de Pereira (Colombia)**

El instrumento fue aplicado inicialmente a jóvenes afrodesplazados, que cumplieran con los requisitos de la investigación. La población que participó en la prueba fue escogida al azar y se conformó por una muestra de 10 jóvenes, quienes fueron incluidos posteriormente dentro de la investigación, ya que cumplieran a cabalidad con los criterios de inclusión.

---

<sup>28</sup> Ibíd. GÓMEZ, Ariel Gustavo. PÉREZ, Eduardo Antonio. p 129.

## **6.5 EVALUACIÓN ÉTICA**

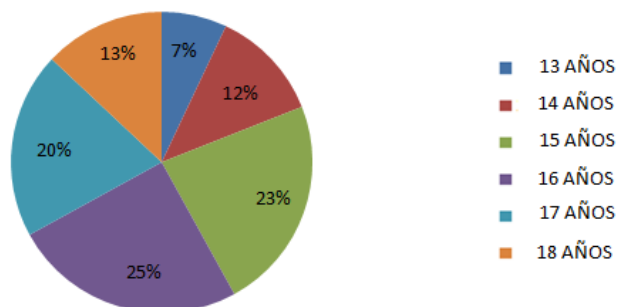
Se trata de una investigación sin riesgo. Se justifica desde el punto de vista científico, por la ausencia de conocimiento sobre el tema en esta población específica, y desde el punto de vista ético, por la ausencia de riesgo y la posibilidad de beneficios futuros por intervenciones con base en esta información.

Tras la convocatoria y explicación de la investigación, los jóvenes afrodescendientes de la ciudadela Tokio de Pereira decidieron diligenciar las encuestas de forma completamente voluntaria, con pleno conocimiento de la naturaleza de la investigación.

## 7. RESULTADOS

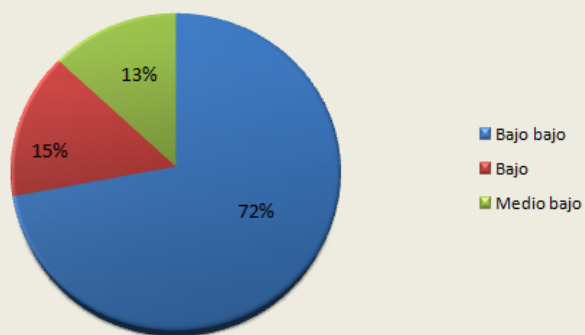
### 7.1 VARIABLES DEMOGRÁFICAS DE LA POBLACIÓN

**Figura 1. Características demográficas de la población.**



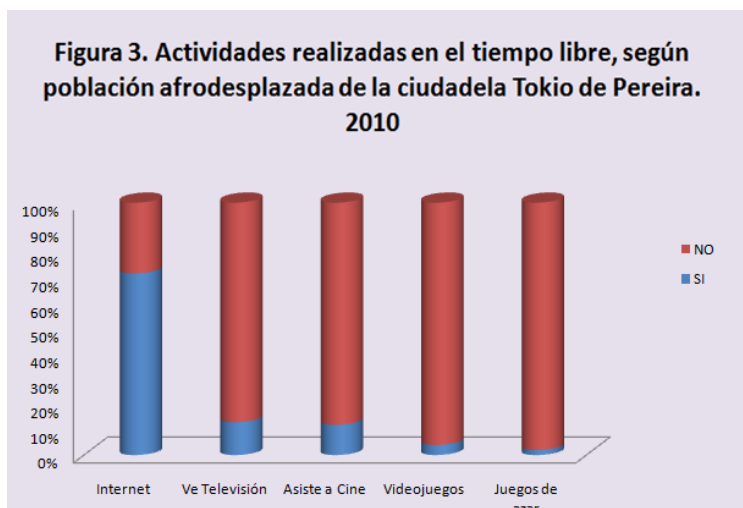
La población de estudio es de zona urbana y está representada en un 58% por mujeres y un 42% por hombres, siendo un total de 60 afrodesplazados; todos pertenecientes a la ciudadela Tokio de Pereira. La media de la edad de los hombres (16.2) es mayor que de las mujeres (15.5) para el total de la población

**Figura 2. Estrato socioeconómico, según población afrodesplazada de la ciudadela Tokio de Pereira. 2010**

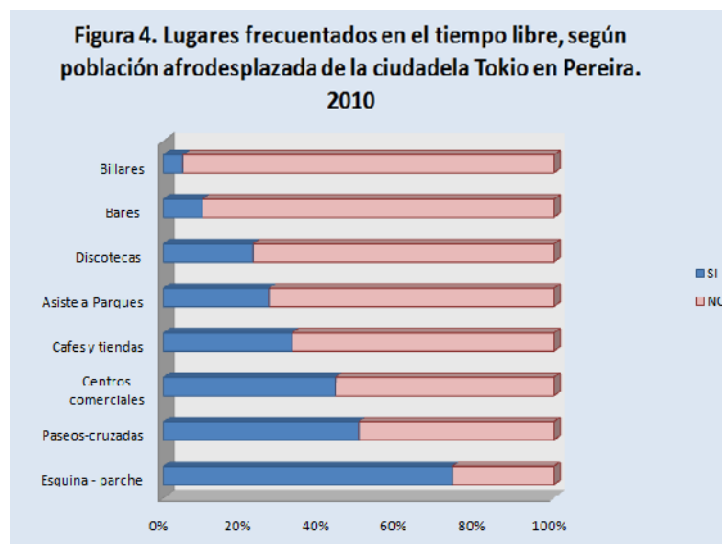


En el estrato bajo bajo y medio bajo se encuentra la mayoría de la población. Por lo que su condición socioeconómica puede ser un factor importante en la predisposición del consumo de sustancias psicoactivas.

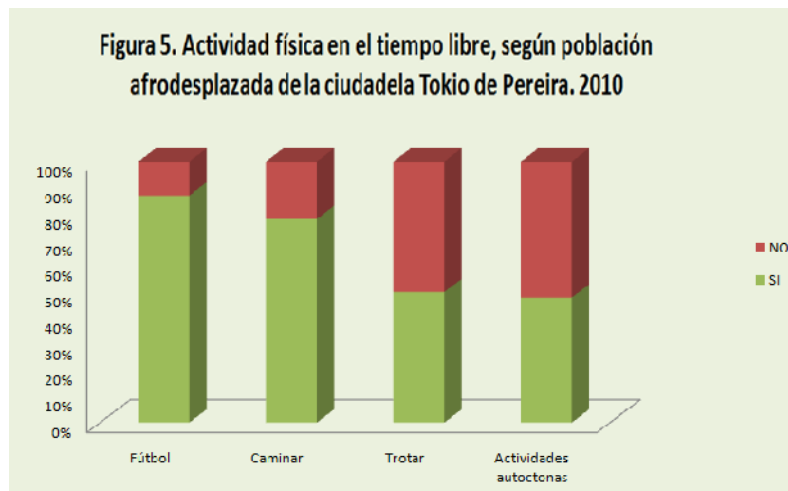
## 7.2 PRÁCTICAS EN EL TIEMPO LIBRE



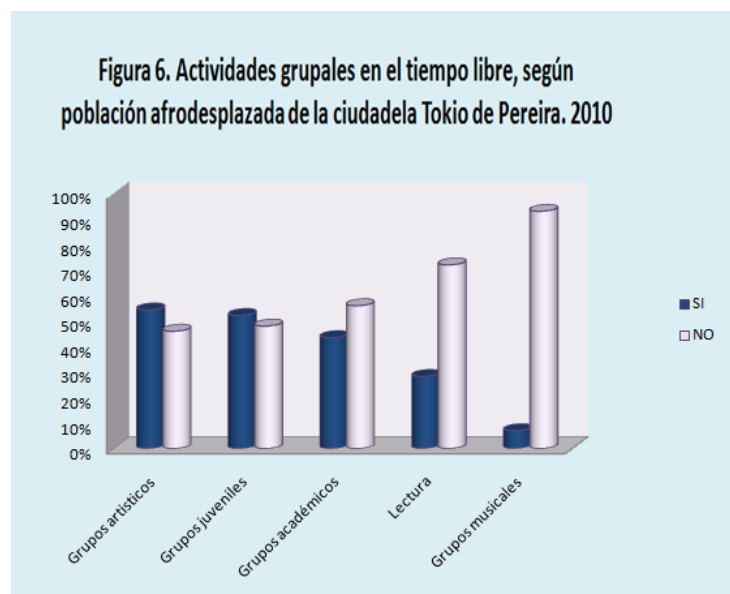
Al relacionar las categorías se encontró que en la población afrodesplazada navegar en internet es la actividad favorita. Esto posiblemente indica que la mayoría de la población es sedentaria por su interés en una actividad tan pasiva.



Como se aprecia en la figura, la esquina o parche es el lugar más frecuentado por la población. Es decir que, un 74% de estos jóvenes prefiere ocupar su tiempo libre con sus amigos en la esquina, lo que sugiere que dicho tiempo está siendo mal utilizado.



De acuerdo a la figura, el 87% de la población practica el futbol como actividad física favorita. De manera que las mujeres afrodesplazadas se interesan por este deporte, pues en su mayoría la población es de género femenino. En general, se puede considerar que la población es activa

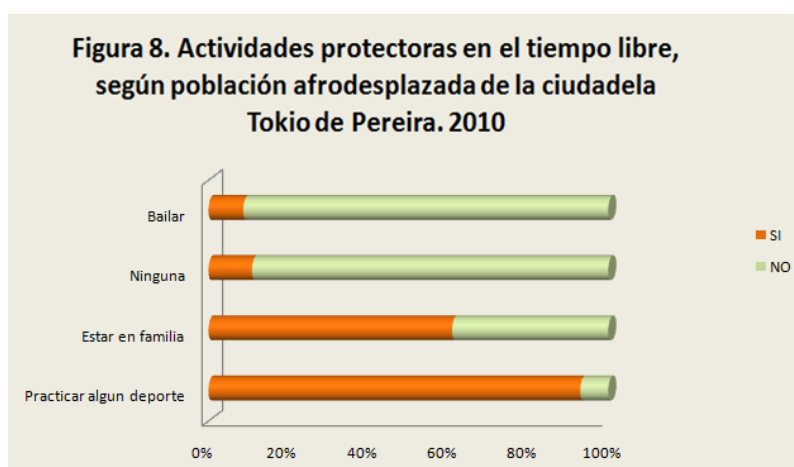


Se encontró que el arte y los grupos juveniles son las actividades que más integran a la población afrodesplazada. Sin embargo, la música a pesar de ser considerada como arte, es de poco interés para ellos.



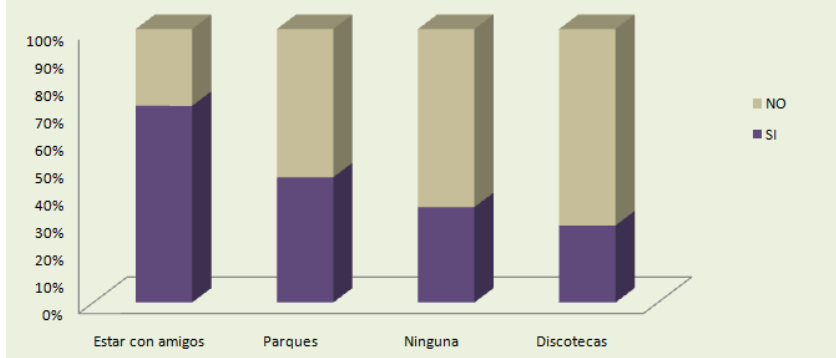
Practicar un deporte, sigue siendo interesante para este tipo de población, dado que el atletismo es una de las actividades que más quisieran realizar pero no pueden. De manera que el deporte podría ser utilizado como un medio de prevención del consumo de SPA, en afrodesplazados.

### 7.3 PRÁCTICAS RECREATIVAS Y CONSUMO DE LICOR O DROGAS ILÍCITAS



La mayoría de la población considera que bailar no es una actividad que los aleje del consumo de sustancias SPA, posiblemente porque esta implica el hecho de estar con amigos, y esta condición para ellos si es de riesgo (figura 9). Por lo demás, los jóvenes afrodesplazados encuentran la práctica de un deporte como una actividad protectora; la cual puede mantener activa y saludable a este tipo de población.

**Figura 9. Actividades de riesgo en el tiempo libre, según población afrodesplazada de la ciudadela Tokio de Pereira. 2010**



El 72% de la población considera que estar con amigos, los predispone al consumo de SPA. Es decir, ellos pueden ser conscientes de que a pesar de los problemas las drogas no son la única alternativa, pero sus amigos pueden ser más influyentes. Por lo demás, estos jóvenes piensan que las discotecas también los ponen en riesgo, pero este lugar es poco frecuentado por ellos (figura 4).





## 8. DISCUSIÓN

En consecuencia con el objetivo general de la investigación, la forma de utilización del tiempo libre como factor protector y de riesgo del consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes afrodesplazados de la ciudadela Tokio de Pereira, se encontró que entre los lugares frecuentados por la población en su tiempo libre, la esquina parche (74%), es una de las condiciones que más los predispone al consumo de sustancias psicoactivas (SPA), y en donde dicho tiempo libre resulta siendo un factor de riesgo. Por contraste, los jóvenes afrodesplazados encuentran la práctica de un deporte como un mecanismo de protección, que de ser realizado en el tiempo libre puede alejarlos de dicho consumo. De esta manera (Figura 5), podría considerarse al deporte no sólo como un medio protector, sino también como una alternativa para aquellos jóvenes que mantienen en una esquina o parche sin hacer nada (Figura 4).

De otro lado, se evidencia que la población al parecer es muy activa (Figura 5), pero navegar en internet (Figura 3) es la actividad preferida de la población, actividad pasiva que podría conducirlos al sedentarismo. Sin embargo, se considera que dicho tiempo debería ser utilizado para educar a la población mediante procesos virtuales; ya que un primer indicador favorable es el gusto por el internet y su disposición de tiempo libre para ello. Finalmente es importante mencionar también, que entre las actividades que los jóvenes afrodesplazados desean realizar y por algún motivo no han podido, practicar el atletismo es la más relevante (63%), actividad que puede ser considerada como protectora y que de poder llevarse a cabo, posiblemente ayudaría a mantener alejados del consumo a estos jóvenes. Sin embargo, algunas de las dificultades para su realización tienen que ver con los problemas económicos, falta de espacios y otras prioridades para la población.

Por otra parte, en Colombia se plantean múltiples acuerdos que de hecho se consignan en la constitución, pero que en algunos casos o no existe un seguimiento y control de que se lleven a cabo los procesos, o las implicaciones son muy mínimas ante un incumplimiento. Esto con respecto al segundo párrafo del ART 9° de la ley 181, en donde se enuncia que el Ministerio de Educación Nacional Coldeportes y los entes territoriales, dotarán a las comunidades de espacios pedagógicos apropiados para el desarrollo de la educación extraescolar en el medio ambiente o sitios diferentes de los familiares y escolares, tales como casas de la juventud, centros culturales especializados para jóvenes, o centros de promoción social... pero además de las instalaciones deportivas y recreativas, necesarias para el buen aprovechamiento del tiempo libre. En los resultados encontrados, se pudo observar que no sólo la población de estudio, sino en general los habitantes de la ciudadela Tokio no cuentan con dichos espacios, lo que podría considerarse como un factor que limita la adecuada utilización del tiempo libre y además la falta de integración entre ellos. Se considera entonces que a pesar de la amplia legislación en materia de derechos humanos, en general

los últimos gobiernos no han hecho viables los acuerdos, ni los tratados internacionales, ni las recomendaciones de la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, que buscan proteger las comunidades afrocolombianas de todo tipo de violaciones de derechos humanos, en especial de la discriminación étnica de la que son víctimas, la cual tiene un impacto negativo en todas las esferas de la vida nacional.

Así mismo, en el estudio realizado acerca del deporte y recreación como estrategias para el empoderamiento en población desplazada, se habla de que muchas personas aún no reconocen al desplazamiento forzado interno como un problema y que los más afectados son afrocolombianos. Esto limita mucho más la creación de mecanismos y proyectos que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de estas personas. De manera que son los afrodesplazados quienes más predispuestos están a la utilización inadecuada de su tiempo libre y por ende esto incide en el consumo de sustancias psicoactivas.

Por lo demás, el punto de partida para dar soluciones a la problemática que enfrentan los afrodesplazados, debe empezar por conseguir que este problema sea reconocido; que las consecuencias de no ser solucionado de inmediato y la explotación de las necesidades merecidas según la constitución en cuanto al tiempo libre se refiere, pueden ser negativas y atentar con la integridad de seres humanos inocentes. Pues según la ley 181 el aprovechamiento del tiempo libre es un elemento fundamental y un factor básico en la formación de la persona, dado que por medio de este se pueden generar hábitos saludables como lo mencionó María del Carmen Morfin.

Y bien, en el estudio realizado por los estudiantes María Teresa Arévalo y colaboradores(expuesto en el marco científico actual), se muestra que algunos de los factores psicosociales de riesgo y/o protección son las habilidades de autocontrol, los preconceitos y la valoración que se da a las sustancias psicoactivas. Es decir, la capacidad que tiene la persona de afrontar una situación desfavorable o tolerancia a la frustración; los conocimientos previos y paradigmas que tiene la persona y la trascendencia que da a los efectos positivos de las drogas. En la presente investigación por contraste, como se mencionó con anterioridad uno de los factores más significativos para proteger al individuo del consumo de drogas, es la práctica un deporte (93%) y en cuanto al riesgo según los resultados, la población considera que es el hecho de estar con amigos (72%). Se puede afirmar entonces, que los factores de riesgo y de protección pueden ser diferentes para una población u otra, dado que hay situaciones específicas en los afrodesplazados, como por ejemplo su situación de desplazamiento, sus problemas sociales de discriminación y sus bajos recursos económicos, entre otras, que posiblemente no se presenta en la población relacionada; a pesar de que en ambas se trata de jóvenes.

Finalmente, en la investigación realizada por Ever Agustin Osorio y colaboradores (expuesto en el marco científico actual), se evidencia que hay casos en donde a pesar de existir muchos factores de riesgo asociados al consumo de drogas, el acto como tal puede no presentarse y que además esto, puede deberse a la presencia de factores de protección. De acuerdo con ello, la población estudiada en la presente investigación manifestó cuáles eran las actividades protectoras y de riesgo que consideraban, en cuanto a la utilización del tiempo libre; pero no afirmó ni se tuvo por objeto la determinación de si el acto se presenta o no con frecuencia entre ellos. Es decir, que la concepción de los afrodesplazados en cuanto al consumo de drogas y sus factores asociados, no afirma que de hecho hayan jóvenes consumidores y personas adictas a las sustancias psicoactivas.

De manera que es importante no sólo considerar cuáles son las actividades que realiza el individuo en su tiempo libre, para determinar la influencia o no de éstas en el consumo de sustancias psicoactivas, sino que además es fundamental motivar a otras investigaciones a la realización de intervenciones, basadas en la identificación del consumo que se presenta en este tipo de población y en estrategias preventivas que por medio de los factores de protección como el deporte, puedan llegar a evitar la acción de consumo de SPA.

Por lo demás, entre las dificultades presentadas en el estudio, la más importante fue que a raíz del bajo nivel educativo de la población, muchos de ellos no comprendían la diferencia entre los ítems propuestos o ya tenían un conocimiento previo de lo que son en sí; a pesar de la explicación dada al inicio de las encuestas sobre los conceptos de tiempo libre, actividad física y recreación. Sin embargo, se les proporcionó ejemplos al respecto y algunos respondieron adecuadamente, otros por su parte prefirieron dejar la pregunta en blanco. Por lo demás, para la población afrodesplazada el tiempo libre significa un momento de “desocupe”, en el cual no hay nada que hacer. Esto hace que ellos ni siquiera tengan idea de cómo aprovechar ese tiempo y lo utilicen inadecuadamente. Se considera entonces que faltan estrategias educativas que indiquen a la población sobre lo que es y cómo dar uso adecuado del tiempo libre.



## 9. CONCLUSIONES

Entre las condiciones que más predispone a la población afrodesplazada al consumo de SPA, y en donde dicho tiempo libre resulta siendo un factor de riesgo, son el hecho de frecuentar la esquina o parche (74%) y estar con amigos (72%).

Entre las actividades que los jóvenes afrodesplazados identifican el estar en familia (61%) y la práctica de un deporte (93%) como mecanismos de protección; siendo este último además, una alternativa para aquellos jóvenes que mantienen en una esquina o parche sin hacer nada.

El hecho de que los jóvenes afrodesplazados pertenecen a estratos socioeconómicos bajos, hace que sus recursos sean muy limitados para propiciar el aprovechamiento adecuado del tiempo libre; pues no cuentan con espacios para practicar deporte, el cual facilita una formación integral mediante el sano esparcimiento.

Muchos de los jóvenes afrodesplazados, son conscientes y reconocen a las sustancias psicoactivas como causantes de muchas afecciones en la salud biopsicosocial de las personas, y al deporte, como una estrategia preventiva. Sin embargo, la mayoría de la población desaprovecha su tiempo libre en una esquina, exponiéndose al riesgo a que esto conlleva.

Aunque la población aparentemente es muy activa, navegar en internet (72%) es una de sus actividades preferidas, actividad pasiva que podría conducirlos al sedentarismo.

Muchas personas aún no reconocen al desplazamiento forzado interno como un problema y que los más afectados son afrocolombianos. Esto limita mucho más la creación de mecanismos y proyectos que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de estas personas. De manera que son los afrodesplazados quienes más predispuestos están a la utilización inadecuada de su tiempo libre y por ende esto incide en el consumo de sustancias psicoactivas.

Hay casos en donde a pesar de existir muchos factores de riesgo asociados al consumo de drogas, el acto como tal puede no presentarse y que además esto, puede deberse a la presencia de factores de protección. Es decir, que la concepción de los afrodesplazados en cuanto al consumo de drogas y sus factores asociados, no afirma que de hecho hayan jóvenes consumidores y personas adictas a las sustancias psicoactivas.



## **10. RECOMENDACIONES**

Aplicar el instrumento utilizado, en investigaciones posteriores que tengan por objeto los factores asociados para mejorar la calidad de vida de este tipo de población. Pues se considera de gran ayuda para conocer y comparar las expectativas de vida y fenómenos peligrosos que afecten la salud, en comunidades vulnerables.

Dado que navegar en internet, es la actividad favorita de la población se recomienda utilizar este tiempo para fines educativos, por medio de procesos virtuales que puedan contribuir con la escolarización de los jóvenes afrodesplazados.

Generar espacios que propicien la adecuada utilización del tiempo libre, con el fin de que los jóvenes realicen aquellas actividades que los protegen del consumo de SPA como el deporte y tengan otro tipo de alternativas diferentes a estar en una esquina.

Crear estrategias educativas que indiquen a la población sobre lo que es y cómo dar uso adecuado del tiempo libre, con el fin de cambiar los paradigmas actuales acerca de éste y gozar de sus beneficios.

Es importante no sólo considerar cuáles son las actividades que realiza el individuo en su tiempo libre, para determinar la influencia o no de éstas en el consumo de sustancias psicoactivas, sino que además es fundamental motivar a otras investigaciones, a la realización de intervenciones basadas en los factores de protección.





## 11. BIBLIOGRAFÍA

ANICAMA, José. Capítulo 4. Impacto de los factores de riesgo y factores protectores en el desarrollo de la conducta adictiva. 1998. En: ZAVALA, Alfonso. Factores de riesgo y protección en el consumo de droga en la juventud. Ed. Cedro. Lima. 2001

ARANGO, Carlos Mario. MUÑOZ, G. Alexander. El deporte y la recreación como estrategias de empoderamiento en la población desplazada. Tesis de grado. Sitio de internet. En línea. Disponible en: <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/056-eldeporte.pdf>

ARÉVALO, María Teresa, SALAZAR, Isabel Cristina, CÁCERES, Delcy Elena, TOVAR, José Rafael. Consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes: factores asociados. Sitio de internet. En línea. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/801/80130804.pdf>

ARZUMENDI, Leandro Ivan. Factores que predisponen a la adicción. Internet en línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.adiccioneslatino.com/factores.html#8>

CABRERA, Lizandro Alfonso. 2006. Sitio de internet. En línea, disponible en: <http://lizandrocabrera.comunidadcoomeva.com/blog/index.php?/archives/2-DESPLAZADOS-EN-COLOMBIA.html>

GARCIA, Manuel Fernando. Consumo de psicoactivos en Colombia: elementos para discusión y perspectivas de acción. P 1-3. Internet en línea. Sitio de internet. Disponible en: [http://www.elportaldelasalud.com/index.php?option=com\\_content&task=view&id=88&Itemid=29](http://www.elportaldelasalud.com/index.php?option=com_content&task=view&id=88&Itemid=29)

GÓMEZ, Ariel Gustavo. PÉREZ, Eduardo Antonio. Practicas y representaciones sociales del tiempo libre en los estudiantes de pregrado en jornada diurna de la Universidad Tecnológica de Pereira segundo semestre de 2007. p 121. Trabajo de grado. Sitio de internet. En línea. Disponible en: <http://biblioteca.utp.edu.co/tesisdigitales/texto/36105G633p.html>

HOLAHAN y MOOS. Sitio de internet. En línea. Disponible en: <http://www.sld.cu/saludvida/psicologia/temas.php?idv=6091>

J. DUMAZEDIER. La historia del ocio, entretenimiento y recreo. En línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.espanolsinfronteras.com/indexSitiodelIntercambio-OcioyEntretenimiento.htm>

LOAS G, Guilbaud O, PERÉZ Díaz F, VERRIER A, Stephan P. LANG F ET AL. Dependency and suicidality in addictive disorders. Psychiatry Research. 2005; 137: 1103-11. En: RODRIGUEZ T, Jorge; HERNANDEZ A, Enrique y FERNANDEZ, Ana María. Descripción del consumo de drogas lícitas e ilícitas por género a través de la metodología de pares. Rev. méd. Chile. 2007, vol.135, n.4, pp. 449-456.

Ley 181. ley 181 de 1995, ley nacional del deporte y la recreación. En línea. Sitio de internet. Disponible en: [http://www.politecnicojic.edu.co/polidinamico/polideportes/ley\\_181.pdf](http://www.politecnicojic.edu.co/polidinamico/polideportes/ley_181.pdf)

Ley 30 de 1986. Estatuto nacional del consumo de estupefacientes. Sitio de internet. Disponible en: [http://www.mamacoca.org/docs\\_de\\_base/Legislacion\\_tematica/ley30de1986X.pdf](http://www.mamacoca.org/docs_de_base/Legislacion_tematica/ley30de1986X.pdf)

MOSQUERA, Juan de Dios. Las comunidades negras de Colombia hacia el siglo XXI. Ed Docentes editores, 2000.p135.

MOSQUERA Mosquera, Juan de Dios, 1956. En línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.banrepcultural.org/blaavirtual/sociologia/estudiosafro/estudiosafro3.htm>

OMS. Organización mundial de la salud. Definición del concepto: salud. 1946. . En línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaCon.html>

PEÑALBA, Josué. Actividades de tiempo libre. 2008 – 2009. Sitio de internet. En línea. Disponible en: <http://www.cardenalcisneros.es/documentos/asignaturas/560/56022.pdf>

REALES, J. Leonardo. Informe del movimiento nacional afrocolombiano. CIMARRON, sobre la situación de derechos de la población afrocolombiana. (1994-2004). En línea. Sitio de internet. Disponible en: [http://portail-eip.org/SNC/EIPColombia/Informe.htm#Legislación nacional e internacional](http://portail-eip.org/SNC/EIPColombia/Informe.htm#Legislación_nacional_e_internacional).

RESTREPO, María Fernanda. Consumo de sustancias psicoactivas. Grupo de investigación en violencia, criminalidad y familia en la costa caribe colombiana. 2005. En línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.unisimonbolivar.edu.co/rdigital/investigacion/index.php/investigacion/article/viewFile/98/95>

ROMAÑA, Geiler. Afrocolombianos, en búsqueda de leyes contra el racismo y desigualdad. Año 2006; vol 4. No 14. Internet en línea. Sitio de internet. Disponible en: <http://www.revistafuturos.info/futuros14/afrocolombianos.htm>

SIMIONI, Marcelo. El tiempo libre y la recreación de los trabajadores. Sitio de internet. En línea. Disponible en:  
[http://www.efydep.com.ar/ed\\_fisica/tiempo\\_libre.htm](http://www.efydep.com.ar/ed_fisica/tiempo_libre.htm)

OSORIO, Ever. ORTEGA, Neris. PILLON, Sandra. Factores de riesgo asociados al uso de drogas en estudiantes adolescentes. Tesis de grado. Rev latinoame enferm. 2004; 12; 369-375.



## 12. ANEXO

### 12.1 INSTRUMENTO UTILIZADO EN LA INVESTIGACION



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN**



#### **UTILIZACIÓN DEL TIEMPO LIBRE COMO FACTOR MODERADOR DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN JÓVENES AFRODESPLAZADOS DE PEREIRA**

El presente trabajo de investigación pretende definir qué uso le dan al tiempo libre los jóvenes afrodesplazados de Pereira y cómo este uso afecta el consumo o no de sustancias psicoactivas. Toda la información individual será manejada con estricta confidencialidad. Le agradecemos la sinceridad con que usted conteste las siguientes preguntas.

#### 1. INFORMACIÓN GENERAL

<b>Lugar de procedencia:</b>	<b>Barrio o Vereda donde vive:</b>	<b>Estrato socioeconómico:</b> 1. Bajo bajo 2. Bajo 3. Medio bajo 4. Medio 5. Medio alto
<b>Edad:</b>	<b>Estudia:</b> no      sí... ¿qué estudia?	
<b>Género:</b> hombre mujer	<b>Trabaja:</b> no      sí... ¿en qué trabaja?	

#### 2. PRÁCTICAS EN EL TIEMPO LIBRE

	No	Sí	Horas / semana
Ve Televisión			
Asiste a Cine			
Se dedica a leer			
Se pone a escuchar música			
Navega en Internet			
Practica videojuegos			
Participa en juegos de azar			
Asiste a Parques			
Realiza paseos al campo			
Visita Centros Comerciales			
Juega billar			
Visita discotecas			
Frecuenta bares			
Frecuenta cafés o tiendas			

	No	Sí	Horas / semana
Caminar			
Trotar			
Fútbol			
Otro deporte. ¿Cuál?			
Grupos musicales			
Grupos académicos			
Grupos juveniles. ¿De qué tipo (recreativo, religioso...)?			
Grupos artísticos. ¿De qué (danza, rock...)?			
Actividad artística. ¿De qué?			
Actividad autóctona. ¿Cuál?			

Frecuenta "la esquina"			
Estar vagando			


¿Qué actividades en su tiempo libre le gustaría realizar, pero no ha podido, y por qué?:


### 3. PRÁCTICAS RECREATIVAS Y CONSUMO DE LICOR O DROGAS ILÍCITAS

¿Qué actividades en su tiempo libre siente que lo ALEJAN del consumo de licor o drogas ilícitas? ¿Y qué tanto?


¿Qué actividades en su tiempo libre siente que lo INDUCEN al consumo de licor o drogas ilícitas? ¿Y qué tanto?


1. PRÁCTICAS EN RECREACIÓN
Televisión
Cine
Internet
Videojuegos
Parques
Paseos al campo
Centros Comerciales
Billares
Discotecas
Bares

<b>2. PRÁCTICAS EN ACTIVIDAD FÍSICA</b>
Caminar
Trotar
Fútbol
Otro deporte. Cuál:
<b>3. PRACTICAS GRUPALES</b>
Lectura
Grupos juveniles
Grupos musicales
Grupos académicos
Grupos artísticos. Cuál: